

# UNBEWUSST SCHLANK



*Mit der Kraft des Unbewussten zum Wunschgewicht*

Herausgeber: Digital Information LLC

## **Urheberrecht**

Das vorliegende Buch ist in vollem Umfang urheberrechtlich geschützt. Der vollständige sowie der teilweise Nachdruck, die Verbreitung durch Fernsehen, Film, Rundfunk und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Datenverarbeitungssysteme und Tonträger jeder Art sind nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers gestattet.

## **Hinweis zur Form des Dokumentes**

Leerzeilen und Umbrüche entstehen u. U. aufgrund der unterschiedlich genutzten Geräte wie Tablett-PC, Smartphone, Minitablett, Kindle, iPad usw. Der Autor hat auf diese Tatsache keinen Einfluss.

## **Haftungsausschluss**

Die Inhalte des Dokumentes wurden nach bestem Gewissen des Herausgebers erstellt. Trotz größtmöglicher Sorgfalt können Fehler nicht ausgeschlossen werden. Der Herausgeber übernimmt aber keine Gewähr oder Haftung für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der enthaltenen Informationen und Inhalte. Der Leser/die Leserin ist für sein/ihr Handeln selbst verantwortlich. Es wird keine Haftung für mögliche Schäden übernommen, die direkt oder indirekt mit der Verwendung dieses Buches entstehen. Alle Empfehlungen und Vorgehensweisen sind nach bestem Wissen recherchiert. Jegliche Haftung ist somit ausgeschlossen. Dieses Buch ersetzt auch keine professionelle Beratung!

## **Hinweis zur vorgestellten Methode**

Diese Methode ist kein medizinisches Produkt. Es kann keinesfalls die Konsultation eines Arztes oder Psychologen ersetzen oder verzögern. Wenn Sie der Meinung sind, dass Ihr Zustand es erfordert, wenden Sie sich unverzüglich an Ihren Arzt. Wichtig: Hören Sie die Audiospur niemals während der Fahrt, da ihre entspannende Wirkung Ihre Konzentration beeinflussen könnte.

## **Impressum**

Digital Information LLC  
1621 Central Ave  
Cheyenne, WY 82001  
United States

*Alle Angaben ohne Gewähr*

## Inhalt des Programms

Das Programm besteht aus 7 hypnotischen Aufnahmen, welche von entspannenden Hintergrundgeräuschen und Tönen begleitet werden.

Die Audiotitel enthalten hypnotische Suggestionen (Botschaften), die darauf abzielen, Ihr Unbewusstes „umzuprogrammieren“, um dadurch neue Verhaltensweisen zu verankern, die Sie auf natürliche Weise bei der Gewichtsreduktion unterstützen.

Durch die spezielle Wortwahl und die entspannende Wirkung der Hintergrundtöne, können die klaren Botschaften bewusst von Ihrem Verstand aufgenommen werden.

Durch das tägliche und regelmäßige Anhören der Botschaften, werden diese mit der Zeit in Ihrem Unbewussten aufgenommen, wodurch Sie zum Beispiel wesentlich bewusster im Umgang mit Ihrer alltäglichen Ernährung werden, oder es Ihnen mit der Zeit immer leichter fallen wird, auf die Lebensmittel zu verzichten, die Ihr Übergewicht begünstigen.

## Hörunterstützung

Wenn Sie über einen MP3-Player, iPod, Smartphone oder Tablet verfügen, laden Sie sich die Audiotitel über die Downloadseite herunter, sodass Sie diese bequem auf Ihrem tragbaren Audiogerät anhören können.

Sollten Sie von einem PC oder Laptop aus auf die Audiotitel zugreifen wollen, können Sie diese ebenso auf Ihrem Gerät herunterladen und speichern.

## Für wen ist diese Methode?

Diese Methode ist für Männer und Frauen in jedem Alter gedacht die überschüssiges Körperfett ohne das Gefühl des Verzichts und der Anstrengung verlieren wollen.

Es eignet sich zur Unterstützung für jegliche Art des Abnehmens. Egal ob Sie dauerhaft in einem gemäßigten Tempo 5 bis 10 Kilo abnehmen wollen, oder ob Sie eine schnelle Veränderung Ihrer Figur herbeirufen wollen.

Bei der hypnotischen Suggestion geht es darum, Ihr Unbewusstes von Ihrem persönlichen Wunsch so lange zu überzeugen, bis Sie den festen Glauben entwickeln, dass Sie dieses Ziel erreichen.

So können Sie zweifellos alle notwendigen Schritte einleiten, um Ihr Ziel zu erreichen.

Das einzige, was zwischen Ihrem neuen schlanken Körper steht ist das Gefühl der Unsicherheit, welches Sie durch das regelmäßige Anhören der Audiotitel beseitigen können.

## Wie häufig sollten Sie die Methode anwenden?

Um die besten Ergebnisse zu erzielen, sollten Sie sich einmal täglich einen Audiotitel Ihrer Wahl anhören.

Sie können sofort damit beginnen, wenn Sie es möchten.

Jeder Audiotitel enthält die gleichen Anweisungen, allerdings mit unterschiedlichen Hintergrundtönen. So können Sie frei wählen, welche Hintergrundtöne Sie am besten entspannen.

Sie können die Titel auch nach Belieben variieren. Es geht vor allem darum, dass Sie die Suggestionen regelmäßig in einem entspannten Zustand hören, sodass sich diese mit der Zeit in Ihren Unterbewusstsein verankern und so Ihre alten Verhaltensmuster erneuern.

Es gibt auch eine „A Cappella“ Tonaufnahme ohne Hintergrundmusik, sodass Sie die Möglichkeit haben, die Suggestionen mit einem Lied oder anderen Klängen ihrer persönlichen Wahl zu kombinieren. Die Hauptsache ist, dass Sie sich in einen entspannten und aufmerksamen Zustand begeben.

Sollten Sie aus einem Grund das Hören des Titels an einem Tag vergessen, setzen Sie sich nicht unter Druck. Machen Sie den nächsten Tag einfach wie gewohnt weiter.

**WICHTIG: Hören Sie die Audios immer mit einer vernünftigen Lautstärke, sodass Sie nicht Ihrem Gehör schaden.**

## Wann sollten Sie am besten hören?

Sie können sich den Zeitpunkt natürlich selbst aussuchen. Es muss für Sie natürlich auch zeitlich passen.

Jedoch gibt es Zeiten, an denen Ihr Unbewusstes sehr aufnahmefähig ist. Daher empfehlen wir ein Anhören zu den folgenden Zeiten:

- Morgens direkt nach dem Aufwachen
- Abends im Bett vor dem Einschlafen

Sie können die Tracks auch während einigen alltäglichen Aufgaben anhören, wie:

- Bei der Hausarbeit
- Beim Spazieren
- In öffentlichen Verkehrsmitteln (Bus & Bahn)
- Usw.

Jedoch empfehlen wir, dass Sie sich in eine entspannte Position begeben und sich 10 Minuten am Tag nehmen, um die Aufnahme auf sich wirken zu lassen.

**ACHTUNG:** Hören Sie die Titel nicht, während Sie mit dem Auto oder einem anderen Fahrzeug fahren, da diese eine entspannende Wirkung haben und Ihre Konzentration beeinflussen könnten!

## Wann sollten Sie die Methode nicht anwenden?

In bestimmten Fällen sollten Sie zuerst eine Rücksprache mit Ihrem Arzt halten, bevor Sie die Methode anwenden.

Sollten Sie unter starken Depressionen, Paranoia, Schizophrenie oder auch Epilepsie leiden, kontaktieren Sie bitte einen Experten und klären Sie ab, inwiefern Ihr persönlicher Gesundheitszustand mit dieser Methode vereinbar ist.

## Gibt es Nebenwirkungen?

In sehr seltenen Fällen kann es vorkommen, dass manche Personen sich beim Anhören der Audiotitel nicht wohlfühlen, da es zu Beginn eine ungewohnte Erfahrung sein kann.

Jedoch sollten Sie wissen, dass Sie stets die volle Kontrolle über Ihren Körper und Ihren Geist haben, sodass Sie die Aufnahme jederzeit anhalten können, wenn Sie sich nicht wohlfühlen.

## Effizienz der Methode

Wie bereits erwähnt können die Ergebnisse von Person zu Person variieren.

Es gibt Personen die bereits in der ersten Woche mehrere Kilos verlieren und andere Personen, die wiederum 1 bis 2 Wochen warten müssen, um das erste Kilo zu verlieren.

Diese Methode ist sehr sanft und deshalb sollten Sie Ihr auch eine gewisse Zeit geben, damit sich die ersten sichtbaren Ergebnisse einstellen.

Wenn Sie Ihr Wohlfühlgewicht erreicht haben, ist es wichtig, nicht sofort mit der Anwendung dieser Methode zu stoppen.

Ihr Ziel ist es schließlich, Ihr persönliches Wohlfühlgewicht auch zu halten.

Hören Sie sich deshalb noch einen weiteren Monat die Aufnahme an, um die neuen Verhaltensweisen wie:

- mehr Bewegung
- eine bewusstere Ernährung
- weniger zuckerhaltige Getränke
- Usw.

Zu festen Gewohnheiten zu machen.

Wenn Sie ein inneres, selbstsicheres Gefühl bei der neuen Verhaltensweise haben und merken, dass es Ihnen nun viel besser mit dem neuen Verhalten geht, können Sie die Anwendung der Methode einstellen.

## Anmerkung

Ein möglicher Rückfall kann natürlich nicht zu 100% ausgeschlossen werden.

Es geht schließlich darum, die Verhaltensweisen zu beseitigen, die Ihr Übergewicht verursacht haben. Hin und wieder kann es vorkommen, dass Sie vielleicht in eine alte Verhaltensweise zurückfallen.

In diesem Fall können Sie einfach wieder zu den Aufnahmen greifen und sich erneut daran erinnern, warum Sie dieses Verhalten nicht mehr dulden wollen und was Sie wirklich vom tiefsten Herzen glücklich machen (selbst wenn es manchmal ein wenig anstrengend ist).

Diese Methode ist Ihr Werkzeug, das Sie zu Ihrem dauerhaften Wohlfühlgewicht bringen kann.

Wenn Sie die neuen Verhaltensweisen zulassen und durch die Suggestionen in Ihrem Unterbewusstsein aufnehmen, können Sie Ihr persönliche Ziel auf sichere Weise erreichen!